

- اگر فرزند شما کوچکتر از آن است که به تنهایی از مسواک استفاده کند یک گاز را با آب نمک یا آب ساده خیس کنید و لثه ها، سقف دهان و سطوح داخلی گونه ها را با آن تمیز کنید.



شکل ۱. استفاده از گاز خیس برای تمیز کردن دهان و دندان

- بهترین مایع برای دهان شویه در شیرخواران آب ساده است چون آنها نمیتوانند مایع اضافی را غرغره کنند یا آب دهان را تف کنند.
- حداقل هر ۴ ساعت یکبار و یعد از هر وعده غذایی دهان کودک را با آب ساده یا آب نمک یا با محلول گل بابونه یا جوش شیرین شستشو دهید تا بکتریها و قارچها از بین بروند.
- از محلولهای تجاری دهانشویه استفاده نکنید.
- کودک می تواند برای نوشیدن از نی استفاده کند.
- غذاهای نرم، بدون ادویه یا مایعات پرپروتئین به کودک بدهید.
- از دادن غذاها و نوشیدنیهای که زخم دهان را تحریک می کند خودداری کنید مانند: لیمو، پرتغال، گوجه فرنگی، غذاهای تند و شور، نوشیدنیهای گازدار، غذاهای خشک مانند بیسکوئیت، چیپس، پفک، نان سوخاری.

برای پیشگیری از زخم دهان چه کارهایی را باید انجام دهیم؟

- کودک شما از نظر بهداشت دهان و دندان باید هر ۳ یا ۴ ماه یک بار توسط دندانپزشک معاینه شود.
- به دندانپزشک بگویید کودک شما شیمی درمانی می شود.
- در مدتی که در بیمارستان حضور دارید پرستار نحوه مراقبت از دهان کودک را به شما یاد می دهد. برای بهتر دیدن داخل دهان می توانید از یک چراغ قوه استفاده کنید.
- هر روز دهان کودک را کنترل کنید و اگر التهاب، قرمزی، تکه های سفید رنگ یا لکه هایی بر روی زبان یا لثه ها، ته گلو یا سایر نقاط دهان دیدید به پرستار اطلاع دهید.
- لبهای کودک را مرتب چرب کنید تا از ترک خوردگی آنها جلوگیری شود. میتوانید از پماد چرب کننده لب حاوی لانولین استفاده کنید.
- کودک را تشویق کنید به طور مرتب دندانهای خود را مسواک بزند.
- یک مسواک نرم و خمیردندان تهیه کنید.
- برای تمیز کردن کامل دندانها با حرکات دایره وار و کوچک مسواک استفاده کنید. از شستن محکم دندانها خودداری کنید چون باعث خونریزی از لثه ها می شود.
- بعد از مسواک زدن دهان کودک را آب کشی کنید.

شیمی درمانی و رادیو تراپی می توانند باعث زخم دهانی شوند. این پمفلت در مورد علت بوجود آمدن این زخم ها و اینکه شما به عنوان والدین چگونه می توانید به کودک کمک کنید به شما توضیح می دهد.

چرا زخم دهان ایجاد می شود؟

- شیمی درمانی نام گروهی از داروهاست که برای از بین بردن و تخریب سلول های سرطانی استفاده می شود.
- شیمی درمانی تقسیم سریع سلول های سرطانی را کاهش می دهد و از رشد سلولها جلوگیری می کند.
- متأسفانه داروهای شیمی درمانی نمی توانند فرق بین سلول های سالم و سلول های سرطانی را تشخیص دهند و در این میان برخی از سلول های سالم داخل دهان نیز مورد حمله داروها قرار گرفته و زخم ایجاد می شود.
- زخمهای دهان معمولا به طور همزمان در دهان و گلو ایجاد می شوند و میتوانند بسیار دردناک باشند.

مراقبت از دهان چیست؟

- مراقبت از دهان تمیز نگه داشتن دهان و دندانها و پیدا کردن هر مشکل و رفع سریع آنها است.





دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی تبریز



مرکز آموزش، پژوهشی و درمانی کودکان زهرا مردانی آذری

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی کودکان زهرا مردانی آذری
راهنمای والدین

پیشگیری و مراقبت از زخم دهان و گلو

بدنبال شیمی درمانی و پرتو درمانی



آموزش سلامت

تهیه و تدوین:

اشرف جلیلی، ناهید دهخدا

تاریخ تهیه: ۱۳۹۰

آخرین بازنگری: ۱۴۰۱/۰۱



برای دانلود پمفلت
کد را اسکن نمائید.

اگر کودک شما مشکلات زیر را داشت حتماً به پزشک یا پرستار اطلاع دهید:

- به خاطر زخم دهان و گلو صحبت کردن کودک سخت تر شده است.
- صدای کودک تغییر کند.
- بلعیدن غذا و نوشیدنی دردناک است.
- اگر در زمان مراقبت دهانی هر نوع خونریزی در داخل دهان وجود داشته باشد.

« این پمفلت به عنوان راهنمای آموزشی می باشد.
واحد آموزش سلامت تلاش می کند اطلاعات به روز و دقیقی در اختیار بیمار و خانواده قرار دهد.

اگر شما اطلاعات بیشتری نیاز دارید حتماً با پزشک کودک مشورت کنید.»

یا با شماره تلفن ۰۴۱۳۱۵۹۸۲۱۲

بخش خون تماس بگیرید.

منابع:

۱. شیمی درمانی و کودک شما
ترجمه: نارملا ربیع راد، نیلوفر حقیقت
۲. راهنمای والدین کودکان مبتلا به سرطان، تالیف دکتر خدیجه اثنی عشری

- اگر کودک شما زخم دهان دارد برخی غذاها کمک می کند درد و سوزش زخم کمتر شود مانند: فرنی، ماست، دسرهای حاوی ژلاتین، میوه های نرم مثل گلابی، موز کمپوت، پوره میوه ها، سبزیجات پخته شده، پوره سیب زمینی، کلوچه های نرم.



شکل ۲: پوره میوه و سیب زمینی

- اگر فرزندتان درد دارد و نمی تواند غذا بخورد ننگه داشتن یک تکه یخ به مدت ۵ تا ۷ دقیقه منجر به بی حسی زخم دهان می شود و درد را کاهش می دهد.
- خوردن بستنی یخی رطوبت دهان را تامین می کند و درد نقاط ملتهب دهان را کاهش می دهد.
- اگر درد ادامه داشت ممکن است پزشک داروی مسکن یا پماد بی حسی کننده برایش تجویز می کند.
- اگر هیچ نگرانی و مشکلی وجود نداشته باشد میتوانید کودک را هر شش ماه یکبار به دندانپزشک ببرید.